

КАК ПРИВИТЬ РЕБЁНКУ ДИСЦИПЛИНУ

1. Когда вы отдаете распоряжения, можете формулировать их следующим образом: «Мне нужна твоя помощь. Пожалуйста, убери свою обувь от двери». Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.
2. Сообщайте детям заранее, что они должны подготовиться к какому-то занятию (например, к обеду) через пять минут.
3. Предоставляйте детям как можно больше возможностей для выбора. Если они обычно не идут к столу обедать, скажите им, что у них есть выбор, когда им прийти: через одну минуту или через две. Если они специально испытывают ваше терпение и провоцируют вас, не соглашайтесь на то, чтобы изменять уже предоставленные возможности. Если же дети предлагают альтернативу, что вполне допустимо, тогда на вопрос, могут ли они прийти обедать после того, как уберут игрушки, соглашайтесь.
4. Всякий раз объясняйте детям, почему вы хотите, чтобы то или иное дело было сделано.
5. Давайте им только одно задание на определенный период времени, чтобы они не были перегружены слишком большим количеством распоряжений.
6. Посидите с детьми и вместе обсудите, каковы будут их ответные меры на их плохое поведение. Например, скажите: «У тебя есть привычка разбрасывать вещи по дому, и я должна перешагивать через них. Что мы будем делать с этим? Может, ты сам поможешь мне решить, что будет, если ты не убережешь свои вещи?» и в дальнейшем придерживайтесь совместно достигнутого уговора.
7. Вы можете завести карту со звездочками или график, где в течение определенного времени будут делаться заметки о хорошем поведении ребенка. Когда наберется достаточное количество этих заметок, ребенок может получить дополнительное поощрение, скажем, в виде прогулки или поездки куда-нибудь. Это хороший метод для контроля за поведением.
8. Не забывайте подмечать, когда ваши дети хорошо себя ведут, и хвалите их за то, что они отвечают вашим ожиданиям: «Я рада, что ты...» или «Это здорово, что ты...».
9. Не забывайте быть последовательным, даже если вы чувствуете, что вам не хватает сил претворять в жизнь ваши планы относительно дисциплины. В противном случае дети поймут, что им совершенно не требуется следовать правилам, потому что эти правила все время меняются.
10. Разговаривайте с детьми уважительно. Помогайте им самостоятельно оценивать

хорошие и плохие поступки. Приучайте детей самих принимать решения о действии или бездействии в различных ситуациях.

11. Никогда не унижайте детей!

12. Аргументированно объясняйте детям, почему в каждом конкретном случае надо поступать определённым образом, а не иначе. При этом контролируйте, что вы говорите, объяснения типа «потому что я так хочу» не убедят ребёнка. Дети не любят приказов и могут просто отстраниться от общения с вами.

13. Убеждение, доверительные беседы, диалоги на равных помогут вам завоевать авторитет у ребёнка.

14. Пока они еще очень малы, объясняйте детям все, что вы делаете. Они не всегда поймут вас, но почувствуют образ ваших мыслей и ваше к ним уважение.

15. Избегайте приказного тона.

16. Выполняйте свои обещания.

17. Реагируйте на любую ситуацию без проволочек.

18. Не стесняйтесь проявлять свою любовь к ребёнку.